

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ ПРИ ВИКЛАДАННІ БІОЕТИКИ

Чикор Т. О., Луценко Р. В., Чечотіна С. Ю., Сидоренко А. Г.

ВДНЗУ «Українська медична стоматологічна академія»

Здоров'я людини – це гармонійна єдність фізичних, психічних, моральних і духовних якостей, що сприяють збереженню генофонду нації, заняттям творчою, розумовою і фізичною працею, створенню сім'ї, народженню і вихованню дітей та активній громадській діяльності.

Здоровий спосіб життя – основа життєдіяльності нації і держави. Він включає сукупність таких умов, як навчання і виховання, спілкування, праця й відпочинок, у яких формуються звички і ритм життя, що сприяють збереженню, зміцненню, відтворенню і передачі здоров'я майбутньому поколінню. Однією з головних умов фізичного й статевого розвитку молоді, досягнення успіху в житті є саме здоровий спосіб життя. Обов'язок особистості приносити користь суспільству, тому вона повинна бути фізично розвинена, соціально адаптована, психічно врівноважена і жити у гармонії з природою, мати чіткі позитивні мотивації та духовну основу. Здоров'я людини на 51% залежить від обраного способу життя. З кожним роком в Україні спостерігається погіршення стану здоров'я молоді. Переконливим доказом цього є те, що 90% випускників загальноосвітніх закладів, які згодом стають студентами, мають відхилення у здоров'ї. При цьому у 70% спостерігаються порушення зору, у 60% – сколіоз, у 40% – патологія серцево-судинної системи, у 30% – неврологічні захворювання. Поширення ВІЛ-інфекції переростає в епідемію. За даними фахівців, кількість ВІЛ-інфікованих вже досягає одного відсотка дорослого населення України. Дослідження останніх років свідчать про зростання вживання алкоголю та тютюнопаління, при цьому це переважно люди молодого віку, лівову частку яких посідають студенти та учні середніх спеціальних закладів. Алкоголь і нікотин проявляють наркотичну дію і викликають залежність. Серед студентської молоді дуже поширене тютюнопаління, яке для багатьох означає псевдосамостійність і дорослість. Молодий організм завдяки його великій адаптивній здатності швидко пристосовується до тютюнової отрути. Паління громадян поширене серед 12 мільйонів осіб, і є небезпечним не тільки для здоров'я курця, але й для оточуючих його людей.

Особливо небезпечна тенденція спостерігається щодо зростання наркоманії та токсикоманії. В Україні за офіційними даними нараховується понад 350 тисяч наркоманів у віці 17-18 років. На наш погляд, нове покоління українського народу повинне побудувати нову, правову, висококультурну і процвітаючу державу. У цьому велика надія покладається на викладачів, зокрема у медичних вищих навчальних закладах, які повинні виховувати у студентів-медиків, майбутніх лікарів позитивне ставлення до здорового способу життя, оскільки майбутній лікар – це взірць культури, освіченості та здоров'я.

Мета роботи – при викладанні медичної етики допомогти сформувати здоровий спосіб життя студентів-медиків, виховати гармонійно розвинену, високоосвічену, соціально активну людину, що наділена глибокою громадською відповідальністю, високою культурою, милосердям та гуманізмом.

Однією з дисциплін, яка сприяє формуванню здорового способу життя у студентів-медиків, є біоетика. Згідно з наказом МОЗ України № 52 від 31.01.2005 р.; №95 від 25.02.2005 р. «Про затвердження та введення навчального плану фахівців за спеціальностями «Лікувальна справа», «Педіатрія» та «Медико-профілактична справа» розроблена програма з «Біоетики» для студентів вищих медичних закладів III-IV рівнів акредитації МОЗ. З 2010-2011 навчального року, дисципліна введена до переліку обов'язкових для студентів медичного факультету. Досвід шестирічного викладання предмета на стоматологічному факультеті свідчить про великий інтерес студентства до морально-етичних проблем алкоголізму, тютюнопаління, наркоманії тощо. Видами навчальної діяльності студентів згідно з навчальним планом є практичні заняття та самостійна робота студентів, яка включає написання рефератів, підготування доповідей. Для покращення засвоєння предмета теми для самостійного вивчення частково винесені на лекції. На кафедрі експериментальної та клінічної фармакології нами підготовлена лекція на тему «Біоетичні проблеми алкоголізму, вживання наркотиків і паління тютюну. Профілактика, реабілітація та ресоціалізація». Під час лекцій студентам пропонуються розглянути такі питання, як:

- причини вживання алкоголю;
- вплив тютюнопаління на основні органи і системи;
- особливо шкідливо куріння для молоді;
- наркоманія. Наслідки. небезпека для здоров'я нації;
- подолання шкідливих звичок – необхідна умова здорового способу життя.

Принцип зворотного зв'язку дає викладачам можливість своєчасної цілеспрямованої корекції освітнього процесу з метою його оптимізації. Тому під час лекції студентам пропонується тестування, дискусія та перегляд соціальних відеороликів.

Отже, під час вивчення біоетики у студентів формується:

- потреба морального, психічного та фізичного самовдосконалення, виховується дбайливе ставлення до власного здоров'я та здоров'я навколишніх;
- усвідомлення того, що людина залежить від здоров'я, природи й соціального оточення, що потрібно берегти природу як умову власного життя і здоров'я;
- потреба займатися фізичною культурою, спортом та загартуванням як засобами формування власного здоров'я;
- навички власної гігієни та санітарії, які є складовими загальної культури особистості.

А також надається інформація щодо негативного впливу шкідливих звичок на здоров'я і тривалість життя та приділяється увага морально-статевому вихованню молоді, роз'яснюються негативні наслідки абортів, венеричних захворювань, вживання алкоголю, наркотиків, тютюнопаління.

Здоровий спосіб життя несумісний з шкідливими звичками, і ця несумісність принципова, тому що вживання алкоголю, інших алкогольних і наркотичних речовин, куріння тютюну перешкоджають утвердженню здорового способу життя (оптимальна організація дозвілля, фізична активність, раціональне харчування і т.д.). Шкідливі звички входять у перелік найважливіших факторів ризику багатьох захворювань, істотно позначаються на стані здоров'я молоді та населення в цілому. Навіть епізодичне вживання в молодому віці алкоголю, спроби паління несуть у собі велику загрозу, пов'язану з формуванням надалі пияцтва, алкоголізму, пристрасті до тютюнопаління. Ще більш небезпечно в цьому плані вживання різних речовин, які призводять до звикання, оскільки наркоманія і токсикоманія розвиваються у молодих людей катастрофічно швидко.

Таким чином, найважливіший напрям роботи з подолання шкідливих звичок – посилення уваги до формування особистості людини, плекання його потреб, засвоєнні цінностей культури суспільства, тобто забезпечення духовного здоров'я молодої людини.